

学生ボランティア体験

[はじめに]

栄養クリニック開設の目的のひとつに、「実践力のある管理栄養士養成のために、在学生在が様々なイベントに参加して、管理栄養士としての資質の向上を図る」ことがある。平成14年度に改正された新管理栄養士養成課程は、養成施設が各専門分野の教育目標に沿って、どんな管理栄養士を養成したいかを特徴付けるものへと変化し、管理栄養士に必要な専門知識や技術もこれまでの「もの」から「ひと」へと変化した。大学の正規のカリキュラムのなかで新ガイドランに沿った管理栄養士に必要な知識やスキルは学習できるが、社会性や生活感の弱い学生が、卒業後に即、社会のニーズに応じた実践力を備え、職場の要望に応えられるには、実践での体験学習のなかで、さまざまな状況に対応できる応用能力が培われる必要がある。しかし、管理栄養士の多くの養成施設は、実際に研修する場をもたない。また、時代の変化で生活状況が多様化し、特定の個人や多くの人々が置かれている状況を共有化できる管理栄養士が求められる。自分の考えによる一方的な指導ではなく、相手の置かれている状況や人生観などを共有し、真の課題を発見し、解決できる能力を身につけていかなければならない。ヒューマンイズムや倫理観を身につけ、そして、コミュニケーション力をつけることが大切である。一般の方が健康や栄養に対してどのような考えをもっているのか、食材に対する季節感、経済性や個人の嗜好性などが理解できていないと支援は難しい。栄養クリニックで開催されるさまざまな事業に学生ボランティアとして参加することで、対象者側に立った視線での食事指導や栄養指導ができるキャリアを身に付けて欲しい。

現在のところ、食物栄養学科3・4回生および院生を対象に学生ボランティアを受け付けている。本年度の参加者は附小ランチ300名、大学祭15名、水辺の栄養クリニック10名、なめらか食研究会11名、中信ビジネスフェア6名、東山区講演会・骨量測定8名、当施設開催の料理教室への登録者は55名で、そのうち35名がボランティア体験をすることができた。

以下に、学生ボランティアの体験記の一部を紹介する。

[学生ボランティア体験記]

4月 春野菜をつかった健康料理：春の食材を使った「ふきのサラダ」、「蛸いかの煮物」、「菜の花のちらしずし」などの料理に感激した。新しい調理法を学ぶことができて大変勉強になった。参加者にとっても楽しい時間を共有することができてよかった。参加者がとても和気あいあいと楽しく参加されていたので、また参加したいです。

5月 初夏の魚を使った簡単料理：魚の新しい食べ方を知ることができて大変勉強になった。参加者の方々とお話ができて、学ぶことが多かった。和やかな雰囲気ので、参加させてもらって、とてもよい経験ができた。

- 5月 パッククッキング教室：炊飯器のなかで、お米と袋に入れたお惣菜3種を、炊飯器で作るという加熱方法は目からウロコでした。調理器具を使わないので、洗い物が少なく、とても簡単で便利な調理法を学ぶことができました。ポットを使った調理法も初めて勉強しました。早速、家で挑戦してみたいと思います。子育て、介護食、一人暮らしに便利だと思いました。
- 6月 メタボ予防・改善のための料理教室：先生の説明の仕方がとても分かりやすく楽しくて、よい勉強になりました。お客さまも楽しそうに参加されていたことが印象的でした。私もとても楽しい時間を過ごすことができました。料理も美味しかったし、ストレッチも楽しかったです。参加者さんと過ごしたことで新たな発見もありました。また、是非お手伝いさせてください。すごく綺麗な建物で驚きました。
- 6月 水無月膳の料理教室：水無月の行事の発祥や水無月やその他の料理の説明に豆知識を織り交ぜながらの楽しいお話の仕方を聞き、とても参考になりました。また、季節の食材を生かした調理工夫や季節感のある盛り付けなども大変勉強になり、皆さんと一緒に作って食べた料理はとても美味しかったです。水無月がとても簡単に作れておいしく、なすの田楽味噌もとてもおいしく感激しました。自分のサポートがどれだけ満足していただけたかは分かりませんが、自分なりにどのように補助員として動けばよいのかを知ることができました。この素晴らしい栄養クリニックのことをもっと一般に知ってもらいたいと思いました。そして、管理栄養士を目指す者として郷土食、行事食の知識の重要性を痛感しました。
- 7月 減塩のための料理教室：参加者の栄養についての強い関心に驚かされました。日頃から、料理をしないとスムーズにお手伝いできないことが分かったので、普段から料理をもっとしようと思いました。実際に参加者の方々と触れ合うことができ、とても新鮮な気持ちになりました。兎に角、学ぶことが多かったです。感謝の気持ちでいっぱいです。
- 9月 水辺の栄養クリニック：たくさんのお客様にご来場いただき、一般の方の栄養や健康に対する関心の高さに驚きました。多くの方々と接する中で、分かりやすく伝えることの難しさや、お客様の「へえ〜」や「なるほど」という声を聞いた時の喜びを感じることができ、管理栄養士という職に対するやりがいを実感しました。食のスペシャリストである管理栄養士として、一般の方々の期待にそえるよう、今後も勉学に励んでいきたいと思います。今回の水辺の栄養クリニックでの経験を通して、管理栄養士に求められる資質やスキルを学ぶことができ、大変いい経験となりました。ありがとうございました。
- 10月 中信ビジネスフェア（栄養アセスメントと栄養相談）：いろいろな企業や研究機関のブースが出ていて面白かった。ビジネスマンの方も京女のブースに目を向け、関心を示していたが、大半の方は足早に去っていかれた。骨密度測定機を他のブースでも出していたためか、予測していたよりも少なく、スムーズに測定できた。一般の方と交流をもつことができ、よい経験ができました。
- 10月 骨を強くする料理教室（簡単なイタリア料理）：ニョッキ、フォカッチャなど、普段作っ

たことも食べることもなかったので、面白かった。この料理は難しそうと思っていたが、工夫されていて意外と簡単にでき、参加者の方が、家で作りたいということで、とても積極的な態度で実習し、栄養や料理に関する質問の多さ、関心の高さに驚きました。先生の説明の仕方など、とても参考になりました。参加者も自分も、またすぐに作りたいと思いました。また、料理教室に参加したいです。

11月 大学祭（栄養アセスメント体験）：骨密度や貧血の検査に大勢の方が参加されたので、効率のよい測定ができるように要領を身に付けることができた。初対面の方とも気楽に世間話をしながら作業をするなど、自然にコミュニケーションのとり方を学べ、自信ができ、貴重な体験ができた。とても楽しかった。

12月 簡単なホームパーティー料理教室：日常的な食材でシンプルな調理でも工夫次第で華やかな演出ができることを学べてとても勉強になりました。若い方と年配の方が混じって、楽しく会話されていて、とても貴重な体験ができました。次の料理教室にも参加をしたいです。

本年度 附小ランチの取り組みを通して：「完食できたよ！」、「次はどんなランチ？」など、直接子どもたちの成長や笑顔にふれながら、食育について深く学ぶ貴重な経験をさせて頂くことができました。1年間学生リーダーとして、先生方、不二家商事の方、皆さんの大きなサポートの下、私たちも子どもたちの成長を見守る一員となれたことが嬉しく、大きなやりがいとなっていました。今後の食育を通した子どもたちの成長が楽しみです。

[コメント]

多くの学生ボランティアからの要望として、「一度だけでなく、もっと多くの行事に参加したい」、「料理の知識や技術を増やしたいので、学生対象の料理教室を開いてほしい」との声が聞かれた。その内容は、知らない料理の講習会に参加し、もっと料理の技術を増やしたい、親子教室、初心者向きの料理教室（だしのとり方、魚の扱い方など）、行事食（ハロウィン、クリスマスなど）、郷土食、お菓子、野菜料理、高齢者の喜ぶおやつ、便秘対策、低カロリーの料理、カルシウムのとれる料理、メタボ・糖尿病・腎症などの治療食、森林浴・ウォーキング教室、夏バテ予防教室、世界のワイン・チーズ・お茶・スパイスの料理、バッククッキングなどであった。今後の検討課題としたい。

（木戸詔子）

